赤ちゃんが生まれる前に

事故予防のポイント

妊娠おめでとうございます。お腹の中ですくすく大きくなる赤ちゃんに会えることを楽しみに待っておられると思います。そんなパパママ、赤ちゃんが生まれる前から安全をプレゼントしませんか？今回は妊娠中から出来る事故予防のポイントをお伝えします。

赤ちゃんに多い事故を知っていますか。赤ちゃんは寝返りが出来るようになると、ベビーベッドや高いところから転落、物がつかめるようになるとたばこや、小物の誤飲、ハイハイやつかまり立ちをすると転落や熱いものを触ってのやけどなどが起こりやすくなります。事故に結びつく子どもの発達や行動パターンを知っておきましょう。

① ベビー用品やおもちゃを購入するときはデザインより安全性を重視していますか。

安全マークがついているものでも、使い方や使用月齢が違っていたり、赤ちゃんの体に合っていないと事故は起こります。

取扱説明書や使用上の注意をきちんと守って使用しましょう。
ベビーベッドや子ども用のいす、衣類などはデザインだけでなく安全性にも気を配りましょう。また、ベビーカーにたくさん荷物をかけてしまうとバランスを崩して倒れてしまうことがあります。正しく使用するようにしましょう。

②部屋の中を整理整頓していますか。

たばこ・クリップ・硬貨・ピアスなどの小物が床やテーブルに置いたままになっていませんか？赤ちゃんは手に取ったものを何でも口に入れようとします。

赤ちゃんの口の大きさは 500 円玉より少し大きいぐらい。これより小さな物は 1m 以上の高さのところに置くようにしましょう。赤ちゃんが生まれると何かと多忙。今から整理整頓しておきましょう。
コンセントを赤ちゃんの手の届くところに置いておくとひっぱってしまい、やけどや怪我につながることがあります。壁に沿わせたり大きな家具の後ろに配置したり固定するなどしましょう。

③危険な家具がありませんか。

角のとがった家具やテーブルでぶつけると怪我をする可能性があります。
また、扇風機など回っているものに興味を示し、触って指を挟む恐れがあります。

角のとがった家具やテーブルはクッションなどでカバーをしましょう。赤ちゃんを抱いたりおぶったりするときは、まわりにぶつかると危ないものがないか確認しましょう。
扇風機は防止ネットなどで指はさみを予防しましょう。

④赤ちゃんを危険な場所に置いておかない。

赤ちゃんは日々成長しています。動けるようになるとベッドや階段からの転落などの危険性があります。

赤ちゃんだけを家に置いて外出すると、出かける時に寝ていても、途中で起きてしまったり、動けるようになれば家の中を動き回り、事故につながることがあります。また赤ちゃんを車の中に置いたままにしていると、車内の温度は 40～50 度になることがあるため死亡事故につながることがあります。

ベッド柵は必ずあげましょう。外や階段に誤って出ないよう階段や玄関の廊下にゲートをつけておくのもよいでしょう。
赤ちゃんを家に一人残して外出しないようにしましょう。車から降りるときは必ず赤ちゃんも一緒に降ろしましょう。

緊急時の際には、かかりつけ医師や救急時の連絡先がすぐにわかるようにしておき、母子健康手帳・保険証・診察券などはひとまとめにしていつでも持ち出せるようにしておきましょう。

参考：大阪府事故予防のポイントリーフレット　著作 田中哲郎

保健センターで実施しているマタニティスクール
「どきどき育児体験クラス」にて
「おうちでできる安全・安心お部屋づくり」の紹介をしています。事故予防啓発展示ルームの見学ができます。

今年度の「マタニティスクール」の日程は、メールマガジン内の「親と子の健康応援イベント」をご覧ください !!

トピックス

「赤ちゃんを揺さぶらないで」乳幼児揺さぶられ症候群（SBS）を予防しましょう。

乳幼児揺さぶられ症候群とはまわりから見れば「あんなことをしたら、子どもが危険だ」と誰もが思うほどに激しく乳幼児が揺さぶられたときに起こる重症の頭部損傷です。赤ちゃんは頭が重たくて頚の筋肉が弱いので、揺さぶられたときに頭を自分の力で支えることができません。その結果、速く強く揺さぶられると、頭蓋骨の内側に脳が何度も打ち付けられて、赤ちゃんの脳は損傷を受けます。

赤ちゃんの機嫌が悪くてぐずるとき、赤ちゃんがいつまでも泣きやまないとき、子育てというのはとてもつらいものです。そのため、親やそのほかの養育者が自制心を失ってしまい、赤ちゃんを泣きやませようとして揺さぶったり、放り投げたりして頭部に衝撃を与えたりすることで起こることがあります。

赤ちゃんが泣きやまないときどうしたらいい？3 つのポイント

① だっこしてなだめて歩いて語りかける
② 赤ちゃんの安全を確保して、その場を離れて、ひと呼吸
③ 絶対揺さぶらない

枚方市健康部保健所保健センター　発行